

PENGARUH METODE *WHOLE PRACTICE* TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN GERAK PADA ASPEK KETEPATAN SERVIS BAWAH DALAM PEMBELAJARAN BOLAVOLI (Studi Pada Peserta Didik Kelas VII SMPN 2 Dawarblandong Mojokerto)

Nurman Ramadhan

Mahasiswa S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya, norman.gundul@yahoo.com

Gatot Darmawan

Dosen S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,
Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Servis bawah adalah suatu pukulan terhadap bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan, untuk melakukan ayunan tangan dari bawah pinggang dan perkenaan pada lengan bagian atas. Jika dalam permainan bolavoli tidak bisa servis maka permainan pun akan terhambat bahkan cenderung tidak dapat berjalan.

Metode pembelajaran yang digunakan agar dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai gerak dasar servis, akan tetapi masih banyak siswa yang belum mampu menguasai gerak dasar ini dengan metode yang diterapkan oleh para pendidik. Untuk itu diperlukan metode lain yang mampu meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menguasai materi gerak dasar servis.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menjawab dan mengetahui adakah pengaruh metode *whole practice* terhadap hasil belajar keterampilan gerak servis bawah? Dan seberapa besar pengaruh metode *whole practice* terhadap hasil belajar keterampilan gerak servis bawah bolavoli?.

Berdasarkan temuan penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan metode *Whole practice* memberikan dampak yang lebih baik terhadap peningkatan hasil belajar yaitu sebesar 53,59% dibandingkan dengan pembelajaran langsung sebesar 36,20%.

Kata Kunci: Metode *whole practice*, Servis bawah bolavoli, Hasil belajar, keterampilan gerak aspek ketepatan

Abstract

Under serve is a blow to the ball from behind the end line beyond the playing field to the opponent's net, to do the swing arm from the waist down and hit on the upper arm. If in the game can not serve the volleyball game will be inhibited even less likely to be able to walk.

Many learning methods are used in order to improve students' ability in mastering basic movements in service however still many students who have not been able to master these basic movements with the methods applied by educators. It required another method that can improve students' ability to master the basic service of motion materials.

The purpose of this study is to determine the effect of whole practice methods can improve the results of service learning movement skills below to find out how much influence the whole method of practice on motor skills learning outcomes under the volleyball serve?.

Based on the research findings, it is concluded that learning by using Whole practice provide better impact on improved learning outcomes is equal to 53.59% with no treatment of 36.20%.

Keywords: The method whole practice, The basic motion technique of under serve, learning outcomes of motorik skill aspects of accuracy.

PENDAHULUAN

Di era modern sekarang persaingan yang sudah menjadi salah satu tolok ukur suatu keberhasilan tidak bisa dihindari atau dijaui. Butuh upaya dan usaha secara sadar dari tiap individu atau kelompok untuk terlibat dalam persaingan tersebut mulai dari membenahi diri sendiri sampai faktor-faktor yang mempengaruhinya. Faktor-faktor yang mempengaruhinya adalah faktor keluarga, sekolah dan lingkungan tempat tinggal. Selain itu, perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang sangat maju, telah menghadapkan bangsa kita ke

arah yang lebih maju dalam ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal tersebut dirasa oleh semua elemen masyarakat terutama remaja dan anak-anak yang mempunyai gaya hidup statis. Mulai dari hobi *game* dan internet yang membuat mereka kurang dalam melakukan gerak. Permasalahan tersebut diperparah lagi dengan semakin tinggi keinginan masyarakat mengutamakan keunggulan kecerdasan intelektual, tanpa memperhatikan keunggulan fisik melalui gerak.

Dengan keinginan masyarakat yang lebih mengutamakan kecerdasan intelektual, secara tidak

langsung kebugaran fisik siswa kurang adanya perhatian. Selain itu, pemberian tugas rumah terlalu memberatkan siswa. kadang guru memberikan tugas kepada siswa tidak sesuai dengan materi yang diajarkan sehingga waktu untuk siswa melakukan gerak sangat kurang. Peran mata pelajaran pendidikan jasmani di sekolah menjadi salah satu kesempatan untuk siswa melakukan aktifitas fisik yang dinamis dan statis agar kebugaran siswa bisa terpenuhi meskipun dirasa masih kurang.

Menurut Kristiyandaru (2011:33) pendidikan jasmani ialah bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, soial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Pendidikan jasmani sering dianggap sebagai pendidikan untuk jasmani dan pendidikan melalui jasmani. Dari pendapat tersebut, maka pendidikan jasmani bukan hanya bertugas mendidik siswa dalam perkembangan dan pertumbuhan jasmani saja, namun penanaman sikap dan nilai-nilai hidup yang benar dapat ditanamkan melalui aktivitas jasmani.

Menurut Husdarta (2011:18) pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Definisi dari pengertian diatas ialah, mengukuhkan bahwa pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu menjadikan manusia Indonesia seutuhnya.

Sering terdengar anggapan yang salah tentang hakekat dari pendidikan jamani itu sendiri, namun itu tidak bisa disalahkan karena adanya tuntutan intelektual, dan karena perhatian masyarakat modern yang memberikan penghargaan keterampilan intelektual lebih tinggi dari pada keterampilan jasmaniah. Dari sebagian masalah diatas maka perlu upaya untuk melakukan perubahan meskipun hanya sedikit tapi diharapkan mampu membawa perubahan yang lebih baik. Salah satu yang menjadi faktor untuk mengawali perubahan diantaranya kompetensi guru serta perencanaan dan evaluasi pembelajarannya. Diantaranya memberikan sebuah inovasi dalam pembelajaran mengenai pembelajaran dengan pemberian metode-metode pembelajaran terhadap siswa melalui permainan bolavoli.

Dilihat dari perkembangannya, bolavoli menjadi salah satu olahraga populer bolavoli juga menjadi olahraga yang digemari masyarakat Indonesia. Mulai dari kalangan anak-anak, dewasa, wanita dan laki-laki tahu dan gemar olahraga bolavoli. Meskipun olahraga ini banyak digemari tapi masih banyak kesulitan yang dialami oleh siswa. Dari teknik-teknik dasar yang terdapat dalam bola voli diantaranya: *serve*, *passing*,

smash dan *bloking*. Salah satunya kesulitan yang dialami siswa adalah melakukan servis.

Servis adalah suatu upaya memasukan bola ke daerah lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan atau lengan, oleh pemain baris belakang, yang dilakukan didaerah servis. (Pardijono. Dkk: 2011). Pada awalnya servis hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan bolavoli sehingga banyak teknik serta variasi cara melakukan servis. Akan tetapi semakin banyaknya variasi serta teknik servis tidak sedikit pula siswa dapat melakukan servis, khususnya servis bawah.

Sebagai guru memang tidak bisa menuntut siswa harus menjadi seorang atlet yang profesional dan handal. Tapi dengan adanya pembelajaran bolavoli diharapkan kebugaran siswa bisa didapat serta tidak menghilangkan pengetahuan siswa tentang teknik-teknik dasar pada bolavoli.

Banyak metode pembelajaran yang digunakan oleh guru diantaranya metode demonstrasi, metode modeling, group atau kelompok. Akan tetapi kenyataannya masih belum bisa membawa perubahan yang berarti dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam menguasai gerak dasar servis. Maka dari itu perlu suatu metode yang sesuai dan dianggap bisa mempermudah siswa untuk belajar tentang servis bawah bolavoli. Metode yang akan digunakan oleh peneliti ialah *Whole Practice* atau metode global diharapkan dengan metode ini bisa mempermudah dalam pembelajaran servis bawah bolavoli.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan pengamatan pada penelitian-penelitian sebelumnya, pada penelitian terdahulu terdapat penelitian yang berjudul "Perbandingan Metode Pembelajaran *Whole Practice* Dan *Part Practice* Terhadap Hasil Belajar *Dribbling* Bolabasket Studi Pada Siswa Kelas VII SMPN 1 Jogoroto Jombang" oleh Galang Baqiyudin (2013). Sedangkan pada penelitian ini, penulis mengambil judul "Pengaruh Metode *Whole Practice* Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Gerak Pada Aspek Ketepatan Servis Bawah Dalam Pembelajaran Bolavoli Studi Pada Peserta Didik Kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto".

Pada penelitian yang dilakukan oleh Galang Baqiyudin, perbandingan metode pembelajaran *whole practice* dan *part practice* lebih mengarah kepada mencari perbandingannya antara dua metode yang digunakan dalam pembelajaran oleh Galang Baqiyudin.

Penelitian yang dilakukan Galang Baqiyudin ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang analisisnya pada data-data numerikal (angka). Perlakuan yang diberikan terhadap kelompok *whole practice* dan *part practice* sama yakni adanya *random*, *pretest*, perlakuan dan *posttest*.

Jadi perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan peneliti terdahulu adalah jika pada peneliti terdahulu, lebih kearah mencari perbandingan antar metode *whole practice* dan metode *part practice*. Namun penelitian yang akan dilaksanakan untuk mengetahui berapa besarkah pengaruh metode *whole practice* terhadap hasil belajar keterampilan gerak servis bawah dalam pembelajaran bolavoli studi pada peserta didik kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto.

Dari hasil pengamatan pada beberapa kelas di SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto yang dilakukan oleh guru mata pelajaran penjas khususnya bagi siswa kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong tidak ada perbedaan kemampuan keterampilan gerak. Menurut guru penjas SMP Negeri 2 Dawarblandong Muslimin Mengatakan “tidak ada perbedaan kemampuan keterampilan gerak, semua kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong memiliki kemampuan yang hampir sama dalam hal fisik”. Selain itu, dilihat dari prestasi yang diperoleh oleh siswa-siswi SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam hal bolavoli pernah menjuarai dalam rangka hari pendidikan nasional tahun 2009 voli putra mendapat juara 1 tingkat kabupaten dan tahun 2010 voli putra mendapat juara 2 tingkat kabupaten. Serta letak geografis dan keadaan sekitar yang jauh dari perkotaan maka peneliti berupaya melakukan penelitian di sekolah tersebut. Dengan kondisi jauh dari perkotaan serta prestasi dalam hal bolavoli yang cukup membanggakan maka peneliti tertarik untuk meneliti sekolah tersebut. Dalam penelitian ini apakah metode *whole practice* berpengaruh terhadap hasil belajar keterampilan gerak servis bawah bolavoli?.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian dengan pendekatan kuantitatif yang menekankan analisisnya pada data-data *numerikal* (angka) yang diolah dengan metoda statistika. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen. Penelitian eksperimen digunakan karena dalam penelitian ini akan ada perlakuan yang diberikan pada subjek penelitian. Desain penelitian ini adalah *Randomized control group pretest – posstest desaign* dalam desain ini terdapat kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, ada perlakuan, subjek ditempatkan secara acak, dan adanya *pretest* dan *posttest* untuk memastikan efektifitas perlakuan yang diberikan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto tahun ajaran 2012/2013 yang terdiri dari 6 kelas (VII-A, VII-B, VII-C, VII-D, VII-E, VII-F). yang jumlah siswanya 192 siswa. Sampel adalah bagian kecil individu atau objek yang dijadikan wakil dalam penelitian (Maksum, 2009). Subjek sampel dalam penelitian adalah kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto dengan

menggunakan *Cluster random sampling*. Yaitu dengan cara memilih kelompok bukan individu secara penunjukan kelas berdasarkan acak atau pengundian.

Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong Mojokerto. Penentuan kelompok dilakukan dengan cara pengundian kelas, dari kelas VII-A sampai kelas VII-F akan diundi dan diambil dua kelas, dari dua kelas terpilih diundi lagi untuk menentukan kelas yang akan diberi perlakuan *whole practice* atau eksperimen dan pemberian model pembelajaran langsung atau kontrol. Setelah diundi diperoleh dua kelas yaitu kelas VII-E sebagai kelompok eksperimen atau *whole practice* dan kelas VII-F sebagai kelompok kontrol atau model pembelajaran langsung.

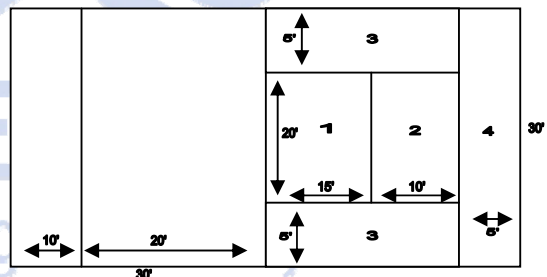
Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen sasaran servis dari Aahper (1969) serta ada modifikasi dari guru penjasnya. Adapun modifikasi yang digunakan oleh guru penjas adalah tinggi net dari bolavoli mini khusus untuk jenjang sekolah menengah khususnya SMP.

Tabel 1 Umur, Jumlah Pemain, Lapangan Dan Tinggi Net Bolavoli Mini

Umur	10 – 12 SD	13 – 14 SMP	15 – 17 Remaja
TIM	4 Pemain	6 Pemain	6 Pemain
Lapangan	6 m x 12 m	9 m x 18 m	9 m x 18 m
Tinggi net			
Pa	215 cm	230 cm	233 cm
Pi	205 cm	215 cm	216 cm
Ukuran Bola	No. 4	No. 4	No. 5

(Sumber: Pardiiono, 2011)

Gambar Instrumen Sebagai Berikut:



(Sumber: Yunus, 1992)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel : Hasil Penelitian

Rata-rata		Metode	
		<i>kontrol</i>	<i>Whole</i>
Gerak dasar servis bawah bolavoli	<i>pre-test</i>	6.91	8.69
	<i>poet-tes</i>	9.41	13.34
	perubahan	2.50	4.66
	%	36.20%	53.59%

Dengan mengkonsultasikan nilai t_{hitung} dan nilai t_{tabel} , maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima karena nilai t_{hitung} 6,38 > nilai t_{tabel} 2,031. Dengan kata lain terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian perlakuan metode *whole practice* terhadap hasil belajar servis bolavoli. Hal ini dapat dikatakan bahwa hasil penelitian yang menyatakan bahwa pemberian perlakuan metode *whole practice* dapat meningkatkan hasil belajar servis bolavoli sebesar 12,86% adalah signifikan dan dapat diberlakukan (digeneralisasikan) ke populasi.

Uji t-test sampel berbeda

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan dari hasil penelitian antara metode *whole practice* dan kelompok kontrol. Dari perhitungan yang telah dilakukan diperoleh data sebagai berikut :

$$t = \frac{2,50 + 4,65}{\sqrt{\left(\frac{7,07}{32}\right) + \left(\frac{4,90}{32}\right)}}$$

$$t = \frac{7,15}{\sqrt{0,22 + 0,153}}$$

$$t = \frac{7,15}{\sqrt{0,373}}$$

$$= 11,721$$

Sedangkan untuk mengetahui nilai t_{tabel} dapat dilakukan melihat tabel dengan level signifikansi sebesar 0,05 (5%) pengujian dua pihak dimana:

$$df = n - 1$$

$$= 32 - 1$$

$$= 31$$

Dari nilai $df = 31$, maka dari *tabel t* diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 2,031. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_a diterima karena nilai t_{hitung} (11,721) lebih besar dari nilai t_{tabel} (2,031). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara data *whole* dan kontrol.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang sudah didapatkan, maka akan dibuat suatu pembahasan mengenai hasil-hasil dari analisa penelitian tersebut. Pembahasan di sini membahas penguraian hasil penelitian tentang pemberian perlakuan metode *whole practice* dan kontrol (pembelajaran langsung). Berdasarkan hasil olah data dari hasil penelitian dijelaskan bahwa metode yang diterapkan memberikan dampak terhadap peserta didik, namun metode *whole practice* memberikan dampak yang lebih baik yaitu sebesar 53,59% dibandingkan dengan tanpa perlakuan yang hanya memberikan pengaruh sebesar 36,20%.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian, serta hasil penelitian, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh yang signifikan metode *whole practice* terhadap hasil belajar keterampilan gerak pada aspek ketepatan servis bawah dalam pembelajaran bolavoli kelompok eksperimen kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong, Mojokerto. Dibuktikan dengan $t_{hitung} > t_{table}$ ($9,90 > 2,031$) taraf signifikan 0,05.
2. Besarnya pengaruh metode *whole practice* terhadap hasil belajar keterampilan gerak aspek ketepatan servis bawah dalam pembelajaran bolavoli kelas VII SMP Negeri 2 Dawarblandong, Mojokerto adalah 53,59%.

Saran

Saran-saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama guru penjasorkes adalah saran-saran berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian, metode *whole practice* ini sebaiknya dijadikan salah satu jenis metode yang diterapkan guru pendidikan jasmani di SMP Negeri 2 Dawarblandong dalam pembelajaran servis bawah bolavoli khususnya atau bisa untuk materi yang lain.
2. Penelitian ini perlu dikembangkan lagi agar lebih banyak memberikan informasi terkait peningkatan hasil belajar. Agar mendapatkan hasil yang maksimal, maka hendaknya proses pembelajaran metode ini disesuaikan dengan keadaan siswa merasa nyaman dan tertarik serta mudah menerima materi pembelajaran yang diberikan supaya pada hasil akhirnya ada peningkatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Baqiyudin, G. 2013. *Perbandingan Metode Pembelajaran Whole Practice dan Part Practice Terhadap Hasil Belajar Dribbling Bolabasket*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya: JPO FIK Unesa.
- Husdarta, H J S. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Kristyandaru, A. 2011. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Surabaya: Unesa.
- Pardijono, dkk. 2011. *BolaVoli*. Surabaya: Unesa.
- Yunus, M. 1992. *Olahraga Pilihan BolaVoli*. Surabaya: Unesa. Aplikasi PAIKEM. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.